

No.	講座名	日程	内容	講師	定員	費用	その他
1	ウクライナをもっと身近に感じませんか	5/7(料理) 10:00~14:00 5/14(ダンス) 10:00~12:00 (全2回 水曜日)	5/7(料理) ウクライナの家料理を一緒に作りませんか! ボルシチやヴァレーニキ(ウクライナ風餃子)他 当日お楽しみのメニューもあります。 5/14(ダンス) ウクライナ民族音楽にのせて講師が考えた 振り付けのダンスを踊りましょう!  	コロミエッツ ナタリヤ 山中ヴィクトリヤ	16人	1,500円 (料理)	料理持ち物: ・エプロン・三角巾 ・マスク・食器用布巾 ・台拭き・筆記用具・飲み物 ダンス持ち物 ・動きやすい服装・室内履き ・タオル・飲み物
2	やさしいヨガ&アロマで自分リセット!	5/15・22・29 10:00~11:30 (全3回 木曜日)	心地よい香りの中で呼吸を整え、椅子も 使いながら全身を動かしてみましよう。 アロマは自分好みの香りを調香しボトルで お持ち帰りできます。  	ヨガ講師 Kazu アロマ講師 Aya	12人	1,500円	持ち物 ・ヨガマット もしくはバスタオル ・飲み物
3	オリジナル印を作ろう、篆刻に初挑戦!	5/25、6/1・6/8 10:00~12:00 (全3回 日曜日)	篆書体について学び、世界に一つだけの 自分の印を自分の手で作ります。	福田孝至	10人	1,500円	持ち物 筆記具・滑り止め軍手・ 歯ブラシ・スプーン
4	今こそ知ったク 防災の知識	5/30 10:00~12:00 (全1回 金曜日)	いざという時に取るべき行動と備えるべき ものを具体的に学び、古い防災知識を アップデートしよう。 ※段ボールトイレの組立体験 ※地震体験車	地域防災課	25人		地震体験車は雨天中止
5	楽しいフルーツカッ ティング	6/7、7/5 13:00~15:00 (全2回 土曜日)	旬のフルーツをより美味しく、綺麗に カットする技法を学びましょう! (写真はイメージです)  	野菜ソムリエプロ 加藤真理	12人	3,000 円	持ち物 ・ペティナイフ12cm位の物 ・持ち帰り用box 又ジッパー付き袋 ・エプロン ・三角巾 ・布巾2~3枚 ・筆記用具